SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL
SUBDIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
CICLO DE MENÚS: 1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS
JARDINES INFANTILES NOCTURNOS
VERSIÓN MARZO 2018

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. | BOGOTÁ

1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS							
SEMANA 1							
PATRÓN	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**
DESAYUNO							
LACTEO	Colada de fécula de maíz	Colada de avena	Changua	Colada de mezclas vegetales	Chocolate en leche	Colada de harina de plátano	Colada de fécula de maíz
PROTEINA	Huevos Revueltos	Queso	(Huevo en la changua)	Queso	Huevos Pericos	Queso	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Pan blandito	Mogolla	Tostada	Pan hojaldrado	Galletas cracker saborizadas	Pan de maiz	Galletas cracker saborizadas
FRUTA	Patilla	Papaya	Pera	Manzana	Granadilla	Pera	Patilla
CENA							
PROTEINA	Carne de cerdo en trozos, guisada	Tortilla de corazones de pollo finamente picados con huevo.	Carne de res en trozos, asada	Frijoles / Carne de res molida, guisada	Goulash de higados de pollo	Pechuga de pollo en trozos, guisada	Carne de cerdo en trozos, asada
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con zanahoria	Arroz con fideos	Arroz blanco	Spaguettis	Arroz con fideos	Arroz blanco
VERDURA O ENSALADA	Verduras salteadas (zanahoria, calabaza y apio)	Calabaza guisada con arveja verde fresca	Ensalada de espinaca, mango, fresa y miel	Ensalada de lechuga, tomate, aguacate y cilantro	En el Goulash	Tajada de aguacate	Pepino guisado
TUBERCULO O PLATANO	Papa al vapor	Yuca cocida	Papa criolla al Vapor	Plátano maduro asado	Papas chips	En la sopa	Papa criolla chorreada
SOPA O CREMA	Sopa de cebada perlada	Sopa de fideos	Sopa de verduras	Sin sopa	Sin sopa	Ajiaco con pollo	Sopa de arroz
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de mora	Jugo de fresa	Jugo de guayaba	Jugo de lulo	Jugo de piña	Jugo de tomate de arbol	Jugo de melon
ONCES							
LACTEO	Sorbete de curuba	Leche	Sorbete de mango	Arroz con leche	Yogurt	Sorbete de guanabana	Kumis
CEREAL	Galletas wafer	Mantecada	Torta con sabor a queso		Galletas de leche	Mantecada	Ponque
FRUTA	En el sorbete	Pera	En el sorbete	Pera	Manzana	En el sorbete	Pera

SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL
SUBDIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
CICLO DE MENÚS: 1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS
JARDINES INFANTILES NOCTURNOS
VERSIÓN MARZO 2018

1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS							
SEMANA 2							
PATRÓN	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**
DESAYUNO							
LACTEO	Colada de harina de plátano	Sorbetede guayaba	Chocolate en leche	Leche	Colada de mezclas vegetales	Leche	Colada de Avena
PROTEINA	Huevo cocido	Huevos pericos	Sándwich de queso	Huevo cocido	Caldo de pajarilla	Huevos Pericos	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Pan hojaldrado	Galletas de soda		Mogolla		Pan blandito	Galletas cracker saborizadas
FRUTA	Papaya	En el sorbete	Melón	Pera	Granadilla	Papaya	Patilla
CENA							
PROTEINA	Pechuga de pollo en trozos, en salsa blanca	Pescado guisado	Carne de res en trozos, a las finas hierbas	Lentejas / Carne de res en trozos, asada	Albóndigas en salsa	Carne de cerdo en trozos, guisada	Pechuga de pollo en trozos, guisada
CEREAL	Arroz blanco	Arroz con cilantro	Arroz con zanahoria	Arroz blanco	Spaguettis	Arroz con fideos	Arroz blanco
VERDURA O ENSALADA	Espinaca con huevo	Verduras cocidas con mayonesa	Ahuyama guisada con arveja verde fresca	Ensalada de lechuga, tomate Y zanahoria	Ensalada remolacha, zanahoria y mayonesa	Zanahoria rayada con tomate y perejil	Calabaza guisada con arveja verde fresca
TUBERCULO O PLATANO	Papa cocida con cascara	Tajada de platano	Papa criolla al vapor	Yuca cocida	Papa dorada	Plátano maduro cocido con canela	Yuca cocida
SOPA O CREMA	Sopa de avena	Sopa de colicero	Sopa de conchitas	Sin sopa	Sin sopa	Sin sopa	Sopa de arroz
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de mango	Jugo de maracuyá	Jugo de tomate de arbol	Jugo de lulo	Jugo de piña	Jugo de mora	Jugo de guabana
ONCES							
LACTEO	Colada de avena	Yogurt	Leche	Queso rayado	Helado	Colada de fécula de Maíz	Sorbetede guayaba
CEREAL	Mantecada	Galletas de leche	Galletas cracker saborizadas	Galletas wafer	Brownie	Mogolla	Torta de quinua
FRUTA	Mandarina	Papaya	Manzana	Ensalada de frutas (mango, papaya, banano, manzana y fresa)	Banano	Pera	En el sorbete

SECRETARIA DISTRITAL DE INTEGRACION SOCIAL
SUBDIRECCIÓN DE NUTRICIÓN
CICLO DE MENÚS: 1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS
JARDINES INFANTILES NOCTURNOS
VERSIÓN MARZO 2018

1 A 5 AÑOS 11 MESES 29 DÍAS							
SEMANA 3							
PATRÓN	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**
DESAYUNO							
LACTEO	Colada de avena	Colada de fécula de maíz	Colada de mezclas vegetales	Leche	Chocolate en leche	Sorbete de mango	Colada de harina de plátano
PROTEINA	Huevos pericos	Huevo con mazorca	Queso	Tortilla de huevo con queso	Queso	Huevo cocido	Huevos revueltos
CEREAL/ TUBERCULO	Pan hojaldrado	Galletas de soda	Pan de maíz	Pan rollo	Pan blandito	Mogolla	Galletas de soda
FRUTA	Papaya	Pera	Melón	Patilla	Manzana	En el sorbete	Patilla
CENA							
PROTEINA	Pescado a la plancha	Carne de cerdo en trozos, en salsa de piña	Carne de res en trozos, cocida	Hamburguesa de carne	Higado de res en trozos, encebollado	Arveja verde seca Pechuga de pollo en trozos, guisada	Carne de res molida, a la boloñesa
CEREAL	Arroz con fideos	Arroz con cilantro	Arroz con zanahoria	Ensalada de conchitas con verduras y mayonesa	Arroz con pimentón	Arroz con fideos	Spaguettis
VERDURA O ENSALADA	Ensalada de espinaca, manzana y crema de leche	Acelga con huevo	Ensalada de tomate y lechuga		Arveja verde fresca, zanahoria y habichuela guisadas	Ensalada de pepino, tomate, y cilantro	Espinaca, papaya, mango y crema de leche
TUBERCULO O PLATANO	Tajada de platano	Papa criolla al vapor	En el sancocho	Plátano con bocadillo	Yuca cocida	Croqueta de yuca	Deditos de arracacha
SOPA O CREMA	Sopa de fideos	Sopa de arracacha	Sopa de sancocho	Sin sopa	Sopa de patacón	Sin sopa	Sin sopa
BEBIDA DE FRUTA	Jugo de lulo	Jugo de fresa	Jugo de guayaba	Jugo de mango	Jugo de maracuyá	Jugo de uva	Jugo de melón
ONCES							
LACTEO	Arroz con leche	Sorbete de mango	Leche	Sorbete de guanábana	Leche	Kumis	Sorbete de banano
CEREAL		Pan blandito	Hojuelas de maiz	Pan hojaldrado	Croissant	Mantecada	Torta de quinua
FRUTA	Manzana	En el sorbete	Banano	En el sorbete	Granadilla	Patilla	En el sorbete